

《黃帝內經 × 醫方法門》 EP77

靈樞50・論勇——忍痛是覺受、勇怯是性格；膚色與臟腑，寫出你的體質與膽氣

素材：《醫方明大論》十之十（黃帝內經系列）；內容為學習整理，非醫療建議。

本篇定位

靈樞第五十篇，《醫方明大論》**十之十**。經名釋義：「論述勇敢和怯懦者、七情在臟腑的相應變化，故稱為論勇。人的勇敢怯懦的性格，是與五臟器官有關聯；這也說明在同一環境中受病與否，關鍵在於心境影響成為體質。痛是覺受，不在勇怯的範圍；勇怯的根本在於內臟生理功能強弱的不同，主要決定於肝膽的堅或脆。」

游老師科判綱目

1 外邪入體・有其難易・耐邪因素・皮膚決定：1 總問（1.1 同受外邪・病與不病／1.2 四時外邪・各有不同／1.3 四季邪氣・各有所傷 a 膚黃皮弱・不勝春風／b 膚白肉軟・不堪夏風／c 膚青肉軟・不堪秋風／d 膚紅肉軟・不堪冬風／1.4 其他膚色・受邪情況 a 膚黑肉厚・不易受邪／b 膚黑不一・長夏受邪／c 皮厚肉實・長夏不病／d 皮厚肉實・同傷才病）| 2 忍痛是覺受・勇怯是性格・性格通五臟：1 總答（a 痛與勇敢・都是兩分・似乎不同／b 不忍痛者・見難則前、見痛則止／c 膽小忍痛・聞難則恐、遇痛不動／d 勇敢又忍・見難不恐、遇痛不動／e 膽小不忍・見難與痛、目轉面盼）／2 覺受抑制・兩不相同| 3 人的性格・乃是臟腑長相原因：3.1 勇者外相（3.1.1 性格勇猛・外相形象 目深以固、長衝直揚／3.1.2 心正肝大 a 腹紋橫向／b 心臟端正／c 肝臟堅大／d 膽囊盛滿／3.1.3 勇猛原因 怒則氣盛而胸張、肝舉而膽橫、眦裂而目揚、毛起而面蒼）／3.2 膽怯外相（3.2.1 膽怯外相 目大而不減、陰陽相失／3.2.2 膽怯臟腑長相 a 腹紋縱向／b 肝小質軟／c 膽缺而縱／d 腸胃挺直／e 兩脅空虛／3.2.3 膽怯原因・氣充不滿 雖方大怒，氣不能滿其胸，肝肺雖舉，氣衰復下，故不能久怒）／3.3 喝酒壯膽（酒悖 酒者，水穀之精，熟穀之液也，其氣慄悍，入於胃中則胃脹、氣上逆、滿於胸中、肝浮膽橫，當時固比於勇士，氣衰則悔，名曰酒悖）。

三診辨證

一診・動力：**怒則氣盛而胸張，肝舉而膽橫**——勇，是這股氣能「滿其胸」；怯，是「雖方大怒，氣不能滿其胸，肝肺雖舉，氣衰復下，故不能久怒」。氣的有餘與不足，決定你撐不撐得久。

二診・結構：**性格通五臟，乃是臟腑長相**——勇士「目深以固，長衝直揚，三焦理橫，其心端直，其肝大以堅，其膽滿以傍」；怯士「目大而不減，陰陽相失，其焦理縱……肝系緩，其膽不滿而縱，腸胃挺，脅下空」。至於忍不忍痛，則在「皮膚之薄厚，肌肉之堅脆，緩急之分」。

三診・通訊：**外相就是寫在身上的訊號**——目之深固或大而不減、眉之長揚、腹紋之橫或縱、面之蒼白、毛髮之豎起，以至膚色與皮肉厚薄，都在對外通報你的體質與性情；而「酒悖」是酒氣一時改寫的假訊號。

重點條列

- **「卒然遇烈風暴雨，或病或不病」**——同樣的環境，有人病、有人不病，差別在體質，也就是皮膚肌肉的厚薄堅脆。
- **「夫忍痛與不忍痛者……非勇怯之謂也」**——能忍痛不等於勇敢，勇敢也不等於耐痛；痛是覺受、勇是性格，兩件事別混為一談。
- **「酒悖」**——藉酒壯膽只是一時，酒氣一退就「氣衰則悔」；真正的膽氣，長在肝膽的充實，不在杯子裡。